

**EL ORGASMO, LOS CELOS
Y LA ENVIDIA**

Los sentimientos en función del futuro y la salud



I. La emoción del orgasmo

En un encuentro sexual íntimo y completo interviene todo nuestro ser. Fantasías, pensamientos, percepciones, recuerdos, acciones y emociones se entrelazan en un concierto más o menos armónico. Habitualmente no nos ponemos a diferenciar la participación de cada uno de los “instrumentos”. El orgasmo, por ejemplo, está tan fusionado con los movimientos y fantasías que lo desencadenan que no solemos separar acción de emoción.

Pero no es imposible distinguir *lo que sentimos* de lo que hacemos o fantaseamos. Imaginemos el clímax una relación sexual, con todos los movimientos voluntarios e involuntarios y las reacciones fisiológicas naturales pero sin las típicas sensaciones de placer. A ese final no lo llamaríamos orgasmo, porque el orgasmo es “la culminación del placer sexual” y, como tal, tiene todas las características de una emoción intensa. Tal vez la más intensa, la más agradable y la más breve.

En la introducción de este libro nos preguntábamos para qué sirve sentir y, entre las respuestas, consignamos la de un amigo que se indignaba porque le parecía que el servir no era una categoría aplicable a los sentimientos. ¿Qué diría ahora si le preguntáramos para qué sirve el orgasmo? Imagino que contestaría que es algo tan agradable que no hace falta que tenga una explicación, que es un regalo de la vida y punto.

Al biólogo darwinista le interesa saber cuál es la función del orgasmo, porque busca la ventaja biológica que lo justifica. A nosotros, en el contexto de este libro, no solo nos interesa la función biológica sino también la psicológica, es decir, qué significa, cuál es el sentido de esa conmoción emocional, corporal y psíquica, sobre la cual no solemos reflexionar.

Empecemos por las respuestas de Freud. Para él, cada

individuo tiene una existencia doble. Vive para sí mismo, pero también forma parte de una cadena de vida que lo trasciende; es el portador mortal de una sustancia tal vez inmortal y así como la recibe tiene que transmitirla. Cuando un individuo sigue sus pulsiones sexuales, cree, en su estrecha conciencia, que está siguiendo sus propios deseos en la búsqueda de un placer personal, pero en realidad obedece a mandatos de la vida. El placer del orgasmo es un premio que recibe el individuo por poner sus fuerzas al servicio del plasma germinal.⁴⁴

La idea de premio o regalo es en parte semejante a la respuesta que hubiera dado mi amigo, pero el argumento freudiano tiene un agregado que conforma al biólogo: el placer del orgasmo ofrece la ventaja biológica de favorecer la procreación y así la continuidad de la vida.

La segunda explicación de Freud completa la anterior y además contribuye a desarticular la idea de que sexualidad y reproducción van juntas. Pero tenemos que hacer un breve rodeo.

2. La sexualidad: desde las algas y los protozoos hasta nosotros

Las spirogyras son algas verdes comunes que se reúnen en colonias formando filamentos. Durante la primavera, se reproducen por el sencillo método de dividirse en dos (mitosis) aumentando la longitud del filamento, que en realidad es una cadena de individuos.

Cuando cambia el clima, a fines del otoño, dos células de filamentos vecinos pueden conjugarse: el contenido de una de ella pasa a la otra y las dos masas celulares se fusionan. Este

⁴⁴ Sigmund Freud (1914): "Introducción del narcisismo", *Sigmund Freud Obras completas*, Amorrortu Editores, Buenos Aires, 1976/85. pág. 76.

proceso es *sexual* y tiene una ventaja adaptativa: durante el invierno, mueren todas las células de la colonia, menos las que se fusionaron, porque tienen la capacidad de segregar una gruesa membrana y formar un quiste que les permite sobrevivir. Cuando las circunstancias vuelven a ser favorables, el quiste se rompe y se forma una nueva colonia.

Con el ejemplo de la *spirogyra*, el biólogo Paul B. Weisz muestra que la sexualidad es algo distinto a la reproducción. En este caso no hay reproducción —más bien al contrario porque de dos células se formó una sola— pero sí un proceso sexual. Para la biología, la esencia del proceso sexual se produce a nivel celular: es la agregación, en un solo núcleo, de proteínas procedentes de dos células poco relacionadas, por fusión o por intercambio.⁴⁵

Lo llamativo, dice Weisz, es que el proceso sexual produce un “rejuvenecimiento” protoplasmático de la célula fusionada que alcanza así un potencial de supervivencia muy superior. Y agrega que ese rejuvenecimiento, producto de la fusión o el intercambio, es difícil de explicar desde el punto de vista bioquímico y metabólico.

Freud había subrayado conclusiones similares a partir de

⁴⁵ “Sumariamente, el proceso sexual equivale a una agregación, en un solo núcleo, de nucleoproteínas moduladoras procedentes de dos células poco relacionadas. Un método para conseguir esto es la fusión celular; otro, es el intercambio directo de moduladores duplicados”. Paul B. Weisz, *Biología*, Ediciones Omega, Barcelona, 1959, pág. 118.

En los primeros tiempos, solo existían formas asexuales de reproducción. Cuando en la evolución aparecieron los primeros procesos sexuales no estaban en función de la reproducción sino que surgieron por su valor adaptativo. A partir de cierto momento, el proceso sexual adaptativo se prestó para la reproducción y resultó muy beneficioso, porque la reproducción se apropió de los beneficios de la mezcla genética que aporta la sexualidad. De todos modos, como es sabido, en la naturaleza siguen existiendo formas sexuales y asexuales de reproducción, y algunas especies conservan las dos.

experimentos de laboratorio realizados por el famoso biólogo darwinista August Weismann. Weismann observó que si dos microorganismos se fusionaban y luego volvían a separarse, ambos salían “rejuvenecidos”. Freud aclara que esta “copulación” no tiene fines reproductivos, su importancia radica en que ambos organismos se cargan de energía y vitalidad: a partir de allí tienen más vida por vivir. Con palabras poéticas, Freud dice que esa unión aporta “nuevas *diferencias vitales*, que tienen luego que ser *agotadas viviéndolas*”.⁴⁶

La coincidencia de Weisz, Weismann y Freud en la descripción del rejuvenecimiento provocado por las más tempranas formas evolutivas de encuentro sexual induce a que nos preguntemos: ¿Será un arrebato de ciencia ficción pensar que hay una línea de continuidad entre ese rejuvenecimiento celular y las sensaciones de alegría y revitalización que nos quedan en el cuerpo y en el alma después de un intercambio sexual culminado en un orgasmo pleno? Puede ser.

De lo que no cabe duda es de que para la biología y para nuestra vivencia subjetiva, la esencia de la sexualidad radica en la unión, la amalgama y la mezcla de semejanzas y diferencias. Un complejo intercambio que enriquece y potencia.

Hoy es bien sabido que la sexualidad humana no está restringida a los genitales ni a la reproducción. Pero lo que venimos diciendo pone en evidencia que, cuando funciona bien, la sexualidad recupera, metafóricamente, su función primigenia: rejuvenece, revitaliza y, a su manera, es *genital*: engendra ganas, ideas, proyectos; es generadora de vida por vivir.⁴⁷

⁴⁶ El destacado es del original. Sigmund Freud (1920): *Más allá del principio del placer*, Sigmund Freud Obras Completas, Biblioteca Nueva, Madrid, 1972. Tomo VII, pág. 2536).

⁴⁷ No se trata de idealizar todo lo relativo a las relaciones sexuales y el

3. La satisfacción

En la introducción de este libro subrayábamos la importancia de la acción, basándonos en que solo a través de ella se *satisfacen* las necesidades. Llegó el momento de hablar de la vivencia de satisfacción.

Según un primer significado, la satisfacción es la meta de la acción, ya que literalmente quiere decir que *la acción ha sido suficiente*. Con este sentido puntual e inmediato, estar satisfecho significa que *no hay que hacer nada más*.

Puede sonar un poco extraño, pero es verdad.

Supongamos que una persona está durmiendo y, en cierto momento, la necesidad de orinar comienza a superar el umbral. Llega a un punto en que es más imperiosa que la de dormir. La persona se despierta, orina y siente satisfacción. La acción ha sido suficiente, ya no hay que hacer nada más para satisfacer esa necesidad. Pero siempre hay otra que supera el umbral y reclama, aunque más no sea la de descansar.

Según esta primera característica, entonces, se habla de satisfacción cuando una molestia o *displacer* vuelve a estar por debajo del umbral y deja de ser una fuente de malestar. En condiciones normales, la satisfacción es una señal para que cese la acción. Que uno se exceda y vaya más allá de lo necesario, por ejemplo con la comida, es otra cosa.

Un segundo aspecto de la satisfacción es la cuestión de la

orgasmo. La sexualidad, como cualquier función psíquica o biológica, puede ejercerse bien o mal, tiene matices y claroscuros. No todos los alimentos son igualmente saludables, incluso algunos pueden ser tóxicos. Y así como existen trastornos de la alimentación, existen trastornos de la sexualidad. Entre los más serios están las situaciones de abuso, cuando se pasa por encima de la voluntad del otro.

intensidad. Nuestro aparato psíquico está programado para percibir *diferencias*. Los cambios lentos se registran menos y hasta pueden pasar desapercibidos, porque son sumas de sucesivas diferencias no perceptibles. Cuanto más brusco es el pasaje de la tensión del displacer al placer de la satisfacción, mayor es la intensidad de la vivencia.

El tercer aspecto es la duración. Sin desmentir del valor inmediato de señal para que cese la acción, si una satisfacción es intensa y no surge otra demanda muy urgente, *la vivencia de satisfacción perdura en el tiempo*.

Se trata de un segundo tiempo de la vivencia, una relajación placentera que se mantiene y va declinando con lentitud. Con distintos matices según cada persona y circunstancia, la satisfacción se vive como un bienestar sereno, una buena disposición del ánimo y el sentimiento de estar contento.

En el orgasmo, que es la más significativa de las vivencias de satisfacción, se suelen presentar bien definidas las tres características que describimos.

La primera es muy notoria. La fisiología dice que después del orgasmo, habitualmente existe un período refractario a la excitación. Parece un testimonio orgánico de que la acción llegó a la meta. En cuanto a la segunda característica, el orgasmo es una de las vivencias de satisfacción más intensas debido al descenso brusco de la excitación.

El punto de mayor interés es el de la duración. Con relación a esto, podemos hacer las mismas reflexiones que hicimos cuando decíamos que la alegría se sostiene más en lo que viene que en lo que pasó. Por extraño que parezca, también tenemos que pensar que la sensación de plenitud, de contento y bienestar que va decantando a partir del orgasmo es una vivencia que, como todas las emociones, apunta al futuro.

La satisfacción que durante el clímax se concentraba en la excitación sexual irradia en todas las direcciones anímicas. Deriva en vivencias de ternura y gratitud y se derrama en distintas formas de expansión del ánimo, formas personales y subjetivas de sentir que se ha generado nueva vida por vivir.

4. Sanya. El lado oscuro de la satisfacción

Más que recuerdos parece tener alucinaciones. Así de ardiente es su deseo de volver a ver a su papá, que fue reclutado para ir al frente antes de que él cumpliera dos años. Apenas si lo conoció. Ahora que ya tiene seis, parece que lo añora más aún que los primeros días. Su mamá es hermosa, pura ternura, cariño y fragilidad. Él la quiere como a nadie en el mundo, pero también necesita un papá.

Cuando en el tren vio a ese hombre con uniforme militar, el paso firme y el revólver en la cintura, sintió por dentro un temblor: admiración y miedo, pero más que nada la sensación de que todo se sacudía para acomodarse diferente.

La ilusión se hizo más real cuando lo vio ayudando a su mamá a acomodar la valija en lo alto del vagón. Vio que se miraron, los observó conversar. Dos horas después, los tres bajaron juntos de uno de esos trenes que, colmados de migrantes internos, recorrían una Rusia infinita, devastada por la última y más sangrienta guerra.

Fueron a parar a una modesta habitación de inquilinato. La primera noche, a él le tocó una camita de ocasión, armada con dos sillas. Pero las carencias importaban poco, la mamá sonreía y él tenía cerca a un hombre grande, fuerte, protector y temible.

Al día siguiente, mientras trabajaban para instalarse, la radio comenzó a emitir una música festiva. El hombre, eu-

fórico, se puso a dar giros con la mujer recién conquistada. Bailaban felices y a Sanya se le iluminaron esos ojos enormes de sorpresa e ilusión.

Se sumó. Sonrientes, bailaron los tres juntos. Un momento después sintió que lo empujaban, como si quisieran quitarlo del medio. Insistió, pero fue peor: la mamá lo agarró de un brazo, lo sacó de la habitación y cerró con traba. Oír la música desde afuera le dolía y se fue, malhumorado, a merodear por los pasillos y los patios. En la semipenumbra de la escalera creyó ver a alguien, le pareció que era su papá. Corrió pero cuando llegó no había nadie. Subió al lavadero y se puso a jugar en la pileta. Con rabia, como al descuido, dejó la canilla bien abierta, imaginando que algún desastre iba a suceder. Cuando el agua inundó el piso y comenzó a derramarse escaleras abajo, se alborotó el edificio entero. Los gritos obligaron a la madre a salir de la habitación y a ocuparse de minimizar los daños.

Ahora todos lo miran mal, lo rechazan y desconfían. Sanya, desorientado, no sabe dónde incluirse, no sabe quién es. Su padre es un espejismo. El hombre temible está enojado y la mamá, angustiada y distante. Ella no lo mira como antes y vaya a saber si lo volverá a querer.

5. El lado bueno de los celos

La secuencia pertenece a *El ladrón*, de Pavel Chukhrai (Rusia, 1997), una película estupenda, recomendable por muchos motivos.

La escena en la que el niño Sanya se incluye en el baile, es expulsado y finalmente descarga sus celos, conmueve. Sobre todo porque está narrada desde la mirada del niño, que no entiende lo que pasa. A los espectadores, nos pone en camino

de descubrir lo que podríamos llamar *el núcleo sano de los celos*.

En este libro adoptamos la idea de que las emociones y sentimientos son positivos por naturaleza, que sostenemos con dos argumentos. Uno proviene de la biología: la evolución descarta lo que es inútil o dañino; si las emociones se han conservado es porque proveen de alguna ventaja biológica. El otro argumento forma parte de la hipótesis de este libro: las emociones y sentimientos constituyen una sabiduría ancestral, son auxiliares para lograr las metas, marcan los contextos y sirven de guía para las acciones.

La duda surge cuando nos preguntamos cuál puede ser el sentido positivo de, por ejemplo, los celos o la envidia, que siempre aparecen como enfermizos.

En el capítulo 2 vimos que Freud, después de considerar durante más de treinta años todos los aspectos patológicos de la angustia, llegó a ver su núcleo beneficioso: la angustia es funcional para la vida cuando sirve de señal frente al peligro. Subrayemos: es un sentimiento “normal”, no porque nos resulte comprensible, sino por ser una *emoción necesaria*, ya que todo ser vivo precisa de una señal de alarma.

Como enfermedad y padecimiento, los celos son un tema que abunda en los textos de psicopatología y también en los literarios. Si hablamos de celos “normales” es porque nos podemos identificar con quien los sufre, pero eso no significa que comprendamos cuál es el beneficio que prestan.

En la escena de Sanya, con una sencillez sorprendente, se muestran los pasos esenciales del proceso que lleva a que los celos se vuelvan dañinos. El primer impulso de Sanya no era interferir ni molestar, *el impulso era el de integrarse y participar*. De hecho, mientras él está incluido, todo funciona de maravillas y gozan los tres juntos.

La palabra celos proviene del latín *zelus* (ardor) y, según se cree, también del griego *zein* (hervir). El primer deseo ardiente frente a un ser querido, que está feliz y goza, es gozar con él, participar de su felicidad. Solo después, si la inclusión no es posible y no se tolera el dolor de quedar afuera, el deseo originario estalla en las mil variantes dañinas de lo que solemos llamar celos.

Frente a la exclusión sin remedio, aparece el abanico de acciones patológicas –desde la inocente travesura de Sanya hasta el crimen pasional– que se proponen romper la unión que nos deja afuera.

Frente al mero riesgo, real o fantaseado, de quedar excluido, surgen las mil intentos ilusorios de apropiarse del alma ajena. La pasión celosa parece alimentarse del no poder controlar al otro, pero el verdadero alimento es la imposibilidad de controlar los propios demonios, que son los que nos hacen sentir excluidos.

¿Cómo es que hablando del gozo de la satisfacción llegamos al dolor de los celos? En realidad no es casual. Cuando se trata de la satisfacción compartida y en especial del orgasmo, tarde o temprano, nos guste o no, hay alguien que se queda afuera y sufre.

Se trata de una exclusión inevitable, porque en el desarrollo de un niño, la aparición del tercero que rompe la diada madre-bebé es imprescindible. Ese corte, necesario, podrá ser más o menos traumático, pero no hay ser humano al que no le queden huellas de esa exclusión primera. Desde entonces, lo que más se anhela es la satisfacción compartida, como la que alguna vez tuvimos. Y la penosa posibilidad de quedar afuera parece estar siempre al acecho.

Así de compleja es el alma humana que admite la paradoja de que, en el camino hacia la satisfacción, aparezcan los celos o la envidia para arruinar todo. Uno se puede sentir excluido y

sufrir celos con la sola idea de que el otro no está disfrutando con uno. O se puede sentir envidioso si imagina o presiente que el otro goza más.

Por eso, *el dolor de los celos es una de las contraccaras de la satisfacción*. Otra es la envidia

6. El núcleo primario de la envidia

Con el estudio de la envidia sucedió algo semejante a lo que le ocurrió a Freud cuando estudió la angustia. Aunque en este caso son dos los autores que se asocian para completar el recorrido.

En la primera mitad del siglo XX, Melanie Klein, en Londres, estudió en profundidad la envidia y todas sus consecuencias negativas. La definió como “un sentimiento enojoso contra otra persona que posee o goza de algo deseable, siendo el impulso envidioso el de quitárselo o dañarlo.”⁴⁸

En las décadas del sesenta y el setenta, en Buenos Aires, Luis Chiozza tomó en cuenta los desarrollos de Klein, pero sostuvo una hipótesis contraria: para él, el núcleo primario de la envidia no tiene como objetivo quitar o dañar el bien ajeno. Ante todo, la envidia es parte de un mecanismo “digestivo” necesario. Del mismo modo en que para incorporar un alimento hay que masticarlo y degradarlo químicamente con los jugos digestivos y biliares, para hacer propio y materializar un sueño, hay que hacerlo accesible.⁴⁹

⁴⁸ Melanie Klein (1957): *Envidia y Gratitud*, Ediciones Hormé, Buenos Aires, 1977, pág. 25-6.

⁴⁹ Luis Chiozza (1970): *Psicoanálisis de los trastornos hepáticos*, Paidós, Buenos Aires, 1984. Y Luis Chiozza (1963): *Cuando la envidia es esperanza*, Alianza Editorial, Buenos Aires, 1998.

El primer momento de la envidia es el deseo intenso de apropiarse de algo *apreciado*. Puede ser que se envidie un bien que el otro *tiene*, pero más importante es que se envidie una capacidad o un talento. O sea se envidia algo que el otro es. Esto significa que, así como en el centro de los celos hay un saludable deseo de integrarse y pertenecer, en el núcleo de la envidia hay un saludable *deseo de ser*.⁵⁰

El segundo momento surge cuando se dificulta la tarea de hacer propio eso valorado y aparecen el *desprecio*, la desvalorización. Son formas de la envidia que tienen el sentido de hacer menos inalcanzable lo que se anhela. Lo mismo que el fragmentar en partes o el degradar que son procesos necesarios a los fines de una construcción nueva.

Un ejemplo de la necesidad de parcializar un proyecto difícil para ir materializándolo de a poco es lo que hacemos cuando estudiamos una carrera, cursando materia por materia y rindiendo *parcial tras parcial*.

A veces se oye hablar de “envidia sana”, pero no queda claro qué se quiere decir con eso. La envidia no es mala por desear el bien ajeno o por desearlo mucho, es buena o mala según lo que se haga con ella.

Cuando alguien—llevado por la impotencia para concretar lo deseado— rompe por romper, es porque la envidia ha devenido patológica. En ese caso, que sería el tercer momento, queda solo el aspecto destructivo con fines puramente dañinos: el desprecio, la degradación, el ataque al objeto del deseo y a la persona que lo encarna sin el posterior sentido constructivo.

⁵⁰ Melanie Klein había señalado que para que se de la envidia es suficiente que haya dos personas, en cambio, para que surjan los celos es necesario que haya al menos tres.

Podemos describir, entre otras, dos variantes patológicas: en la forma insidiosa, la persona que envidia se dedica, con sagacidad o con torpeza, a destruir a la persona envidiada. Hay quien adopta esta actitud como forma de ser y con este método muchas veces logra sus objetivos. Pero todo tiene un precio: en este caso, un infierno de insidias, estratagemas y engaños en que se convierte la vida.

La segunda variante es la amargura: la envidia se vuelve contra la persona propia y la atormenta destruyéndole la autoestima. Aunque también logre amargar a los demás, la mayor carga del daño recae sobre él mismo.

Si se llega al cuarto momento, el de la pasión descontrolada, la envidia, al igual que los celos, tampoco reconoce límites, y como narra la historia bíblica de Caín y Abel, ni siquiera el homicidio logra aliviarla.

7. Sentir para ser

¿Cómo es que, mientras buscábamos resaltar el costado bueno de los celos y la envidia, terminamos cayendo en el lado más oscuro de las pasiones humanas? ¿Por qué estos sentimientos pueden llevarnos a esos extremos de locura?

Una primera reflexión nos dice que si hay tanta pasión es porque se juega algo que importa mucho. Y efectivamente, lo que se juega con estos sentimientos afecta la médula misma de nuestra identidad. Justamente algo que estamos dispuestos a defender “a muerte”.

Es evidente que si la envidia y los celos llevan al crimen, es porque han pervertido totalmente su meta y función, pero eso no significa que hayan perdido su marca de origen. Aun en la pasión que culmina en la tragedia se ve que, en su centro, sigue palpitando el núcleo “bueno” que era su fundamento. Por

dañina que sea, la envidia no deja de ser un desesperado *deseo de ser*. Y por más que los celos sean asesinos, no dejan de ser un *anhelo enloquecido de incluirse y participar*, o sea, de *pertenecer*.

Lo que muestra la pasión descontrolada a la que pueden llegar la envidia y los celos es que, si estos sentimientos fracasan en sus propósitos, la persona siente que no es nadie o que no pertenece a nada. La pasión loca no es más que un intento desesperado que agrava las cosas.

Indagando sobre los celos y la envidia pudimos ver un proceso que no habíamos descripto. Sobre el núcleo originario de un sentimiento se pueden ir agregando envolturas deformantes que llegan a pervertir totalmente el sentido vital de esa emoción. Las capas se suman a medida que fracasa la acción promovida por el sentimiento. Si el celoso lograra sentirse verdaderamente incluido, cesarían los celos.

Los estratos más exteriores y conscientes pueden ser poderosos e invadir toda la conciencia y la razón. Pero no son los más verdaderos.

Es cierto que no es fácil llegar hasta el fondo de uno mismo, el autoengaño es siempre una posibilidad para salvarnos de algún deshonor. Pero tampoco es imposible. En el fondo, *uno sabe qué es lo que siente cuando siente*.

Una última reflexión. A lo largo de este libro vimos que la afectividad está al servicio de la acción. Ahora nos damos cuenta de que una de nuestras principales acciones es *hacernos* a nosotros mismos, construir nuestro ser y nuestro pertenecer.

Vale la pena subrayarlo, porque así cobra más sentido todavía la propuesta de aproximarnos al núcleo saludable que alimenta cada uno de nuestros sentimientos: la sabiduría de la naturaleza nos dio el recurso de *sentir lo que sentimos*, no solo para poder *hacer* lo que necesitamos sino también para *ser* lo que queremos ser.